

SOMOS

LA MAGIA
ESCONDIDA ENTRE
LOS HUMEDALES
PANTANOS
DE VILLA: UN
REFUGIO EN LA
CIUDAD

EL VERANO SE
ENCIENDE EN ASIA,
TRAYÉNDONOS
UNA AGENDA LLENA
DE NOVEDADES
Y LUGARES POR
VISITAR

LIMA ETERNA

Celebramos los 490 años de nuestra capital
con un recorrido por su historia, los retos del
presente y un futuro lleno de optimismo.



EXCLUSIVO PARA
SUSCRIPTORES DE
DIARIO EL COMERCIO

Beneficios en los **mejores eventos** con tu Suscripción

30% dto.
en entradas

Camila
14 de febrero
Disponible en Ticketmaster

21% dto.
en entradas

Forever Tango
18 de marzo
Disponible en Teleticket

20% dto.
en entradas

Roberto Carlos
03 de marzo
Disponible en Ticketmaster

20% dto.
en entradas

Emmanuel
24 de mayo
Disponible en Uneticket

 Ingresa tu documento de identidad en la ticketera y accede al beneficio de tu elección.

Descubre más beneficios y sus condiciones en clubelcomercio.pe

Suscribete desde S/4 mensuales,
pago único S/ **100** por dos años



Pasó esta semana



♦♦ **Llegó el calor.** El Senamhi pronosticó esta semana que, durante el verano, los distritos de Lima que registrarán las temperaturas más altas, alcanzando hasta 31 °C, serán Ancón, Puente Piedra, La Molina, Santa Anita, Los Olivos, Ate, entre otros.



♦♦ **Firman la tregua.** Israel y Hamas han acordado un alto el fuego en la Franja de Gaza tras 15 meses de conflicto, gracias a la mediación de Qatar y Egipto. El acuerdo, que entrará en vigor el 19 de enero, contempla la liberación de 33 rehenes por parte de Hamas y la retirada progresiva de las tropas israelíes. La implementación se llevará a cabo en tres fases, siendo la última la reconstrucción total de Gaza. Se calcula que el conflicto ha dejado más de 46.000 muertos y ha ocasionado la devastación de múltiples ciudades palestinas.



Progreso y recuperación

LA PRINCESA DE GALES, KATE MIDDLETON, HA RECIBIDO LA NOTICIA DE QUE SU CÁNCER ESTÁ EN REMISIÓN, SEGÚN DETALLARON A LA PRENSA FUENTES CERCANAS AL PALACIO DE BUCKINGHAM.



♦♦ **De incógnito.** El cantante puertorriqueño Bad Bunny realizó un concierto sorpresa en el metro de Nueva York, para presentar los temas de su nuevo disco "Debí tirar más fotos". Lo acompañó el presentador de televisión Jimmy Fallon.



♦♦ **Buen arranque.** Los compadres Universitario de Deportes y Alianza Lima comenzaron con buen pie este 2025. Los cremas vencieron 3-1 al Junior de Barranquilla en partido amistoso, mientras que los íntimos se impusieron al campeón argentino Vélez Sarsfield.

228 bañistas

HAN SIDO RESCATADOS DE LAS PLAYAS DEL LITORAL LIMEÑO, DESDE QUE SE ACTIVÓ EL PLAN VERANO SEGURO 2025. INFORMÓ EL MINISTERIO DEL INTERIOR.

3 mil

942 AGRESIONES SEXUALES EN COLEGIOS DEL PERÚ SE REGISTRARON EL AÑO PASADO, SEGÚN SISEVÉ, PLATAFORMA QUE RECOGE DENUNCIAS DE ESTE TIPO.

30 de marzo

ES LA NUEVA FECHA DESIGNADA PARA LA ESPERADA INAUGURACIÓN DEL NUEVO AEROPUERTO JORGE CHÁVEZ, INFORMÓ EL MTC.



*HA SIDO EL PRIVILEGIO
DE MI VIDA SERVIR A ESTA
NACIÓN POR MÁS DE 50
AÑOS. EL FUTURO DE
ESTADOS UNIDOS SIGUE
EN JUEGO*

Joe Biden

PRESIDENTE DE ESTADOS UNIDOS

El demócrata se prepara para dejarle el cargo a Donald Trump, quien asumirá este 20 de enero.



Contenido

18/01/25



26

*Déjame
que te
cuente,
limeño*

¿Cómo se celebraba antaño la fundación de Lima? Hacemos un viaje en el tiempo a través del archivo fotográfico de **El Comercio** para entender cómo han evolucionado los festejos por el aniversario de la Ciudad de los Reyes, desde la época colonial hasta la república. Un reportaje de colección.

08

*Del mar
a la mesa*

El restaurante Kaia amplía su propuesta este verano 2025. Prometen conquistar la temporada con sus bocados de inspiración nikkei en Punta Hermosa, Playa Bonita, Playa del Golf y Miraflores.



06. Bienestar

18. Guía de Asia

22. Circo Beat

32. El futuro de Lima

40. Productos limeños

42. Lima desde el aire

46. El mejor 'sunset'

49. Astrología

50. Test de Proust

16

*Los hombres
no lloran*

Así es como se llama el exitoso musical que reúne a Rodrigo Sánchez Patiño, Gabriel Calvo, Pablo Saldarriaga y Nicolás Galindo. Conversamos con ellos sobre esta puesta en escena.



12

El gran oasis de la ciudad

Un paseo por los humedales de los Pantanos de Villa, en Chorrillos. Un lugar donde chicos y grandes pueden divertirse y observar las más variadas especies de la flora y fauna. Hoy, todo lo que tiene que saber para visitar esta área natural.

SOMOS

Director periodístico:

Juan Aurelio Arévalo
Miró Quesada

Editora:

Nora Sugobono
nora.sugobono@comercio.com.pe

Redactores:

Óscar García
oscar.garcia@comercio.com.pe

Jorge Chávez Noriega
jorge.chavez@comercio.com.pe

Celeste Pérez
maria.perez@comercio.com.pe

Diana Gonzales
diana.gonzales@comercio.com.pe

Colaboradores:

Victor Idrogo, Úrsula Acuña,
Verónica Calderón.

Corrección de estilo:

Yamileth Latorre

Coordinador Somos web:

Jorge Chávez Noriega

FOTOGRAFÍA

Editor: Richard Hiranó

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Editor:

Norman Del Mar Zárate

Administración:

Aracely Filio

Prensa digital:

Empresa Editora
EL COMERCIO S. A.

Impresión:

Amauta Impresiones
Comerciales S. A. C.

Distribución:

Empresa Editora
EL COMERCIO S. A.

INSTAGRAM

@somoselcomercio

REDACCIÓN

Jorge Salazar Aráoz 171,
Urb. Santa Catalina,
La Victoria, Lima. 311-6500

PUBLICIDAD

Claudia Amaya /
claudia.amaya@comercio.com.pe

Calle Jorge Salazar Aráoz 171,
Urb. Santa Catalina, La Victoria.
Teléfono: 311-6500, anexo 2117.
Hecho el depósito legal 992605. Se
distribuye gratuitamente
los días sábados con la edición
de EL COMERCIO. El contenido de
esta revista no puede ser reproducido
total ni parcialmente sin permiso de
los editores.





EN ESTADOS UNIDOS
HAY MÁS DE 150
MILLONES DE USUARIOS
DE TIKTOK. LOS
INFLUENCERS QUE
MÁS MONETIZABAN EN
LA APLICACIÓN YA NO
PODRÁN HACERLO.

Futuro incierto

El tiempo se agota para Byte Dance, la empresa china propietaria de la famosa aplicación TikTok que se encuentra en el centro de una polémica. Los problemas comenzaron hace meses y están relacionados con acusaciones de que el Gobierno chino podría estar utilizando la plataforma para actividades de espionaje a través de los teléfonos.

Estas graves denuncias han llevado a que varios países actúen en su contra.

En Canadá, Reino Unido y Australia se ha prohibido a las autoridades descargar la aplicación en dispositivos oficiales, por temor a riesgos de seguridad. Estados Unidos, sin embargo, ha adoptado una postura más agresiva. El presidente Joe Biden promulgó una ley que exige que TikTok sea vendido a empresarios estadounidenses como condición para poder seguir operando en el país. La Corte Suprema ha fijado como fecha límite

el 19 de enero; si no se cumple este requisito, la aplicación será prohibida y ya no estará disponible en las tiendas de aplicaciones estadounidenses. Aunque estos problemas tienen un impacto en Estados Unidos, no tendrían, por el momento, mucha repercusión en los dispositivos móviles del Perú. Por otro lado, mientras Elon Musk ha negado cualquier interés en adquirir TikTok, el popular YouTuber Mr. Beast manifestó esta semana su intención de comprar la empresa para evitar su cierre. //



3 verdades que necesitas saber sobre el agua

Mantenernos hidratados es fundamental durante todo el año, pero especialmente en el verano. Sin embargo, las reglas universales no siempre se aplican para todos. Aquí te traemos información clave que te mantendrá sano toda la temporada.

El verano llegó con todo: días soleados, noches calurosas... y si te paras unos minutos al sol, quizá sientas que te derrites cual helado mientras el sudor empieza a aparecer en cada zona de tu cuerpo. Y es que el cuerpo suda como un mecanismo de termorregulación; es mediante la sudoración que libera calor con el objetivo de que tu temperatura corporal se mantenga exactamente en donde debe estar. Pero al sudar no solo pierdes agua, sino también minerales importantes que debemos reponer. Entonces te pregunto, ¿te estás hidratando bien? Porque si tu estrategia de hidratación es solo "tomar más agua", agárrate que estoy a punto de darte tres verdades que van a revolucionar tu verano.

1.

El agua sola NO ES la única opción (y no, la cerveza tampoco)

Aunque suene extraño, tomar litros y litros de agua no siempre es la mejor opción. Sí, el agua es clave en nuestra salud y es parte de cada célula de nuestro cuerpo, y sí, debemos consumirla a diario. Pero si hablamos de una hidratación inteligente, no podemos olvidar los electrolitos: esos minerales que cumplen funciones importantes, como el sodio, potasio, calcio, magnesio, cloruro y fosfato. Por eso, incluir frutas y verduras ricas en agua, pero también en electrolitos, como el melón, la sandía, el pepino, las hojas verdes y los frutos rojos, es un buen complemento. Como digo yo, "cómete tu agua".

2.

Tomar ocho vasos de agua al día no aplica para todos

Y esto por la sencilla razón de que todos poseemos requerimientos distintos y un estilo de vida diferente. Si tienes sed, toma agua (¡con tus electrolitos!). Si haces deporte, o te expones al sol, entonces necesitarás más. Una buena forma de asegurar una ingesta continua es llevar un tomatodo contigo, incluso hasta colocar un recordatorio en el teléfono o una alarma si recién estás formando el hábito. Hay una recomendación general que es multiplicar 35 ml por tu peso, es decir, si pesas 60 kg entonces sería $35 \text{ ml} \times 60 \text{ kg} = 2.100 \text{ ml}$ o 2,1 l de agua al día. Pero ojo, esto es un aproximado y como hemos dicho antes, debemos considerar otros factores como la edad, actividad física, condición clínica y el contexto de cada persona en general.

3.

Si ya tienes sed, estás un poco tarde

Es como esperar a que tu auto se quede sin gasolina para ir a llenar el tanque. Hidratarse debe ser algo que hacemos durante el día, todo el día. Por eso hacerlo antes de tener sed debe ser un hábito (usar un tomatodo cae a pelo). Además, ¡puedes darle variedad y sabor a la situación! Agrega rodajas de frutas, como naranja, pepino y piña, o algunas hojas como la albahaca. Si quieres, puedes incluir infusiones frías como la hierbaluisa, menta, manzanilla, o incluso té o té verde. Pero ojo al piojo con estos dos últimos, ya que si los tomas muy tarde entonces podrían afectar tu calidad de sueño. ¿Y qué hay del café? Se ha visto que una ingesta moderada (1 a 2 tazas al día, en la primera parte del día, siempre y cuando no haya una contraindicación) podría ayudar a cubrir el requerimiento diario de líquido.



ARRIBA: CEBICHE AL ESTILO DE KAIA, CON CORVINA FRESCA, PALTA, CAMOTE GLASEADO, CANCHA CHULPI Y CHOCLITO AMARILLO. ABAJO: EN AGOSTO DEL AÑO PASADO ABRIERON UNA NUEVA SEDE EN MIRAFLORES, CON UN DISEÑO INSPIRADO EN LOS VERANOS MEDITERRÁNEOS.

A LA DERECHA: TACO KAIA, SERVIDO EN SIUKAO CROCANTE CON DADOS DE ATÚN, PALTA, GERMINADOS, KIURI Y SALSA DE OSTIÓN. AL COSTADO, TIRADITO KAIA, CON PESCA DEL DÍA, LECHE DE TIGRE CLÁSICA, CAMOTE, PALTA Y CHALAQUITA.

Gastronomía

Kaia

Dirección: Av. Mariscal La Mar 1035, Miraflores

☎ 965 336 757

📱 @kaia_restaurante

Con cuatro locales y una clientela que no hace más que aumentar, el restaurante de comida nikkei amplía horizontes con novedades playeras y un local en La Mar con personalidad propia.

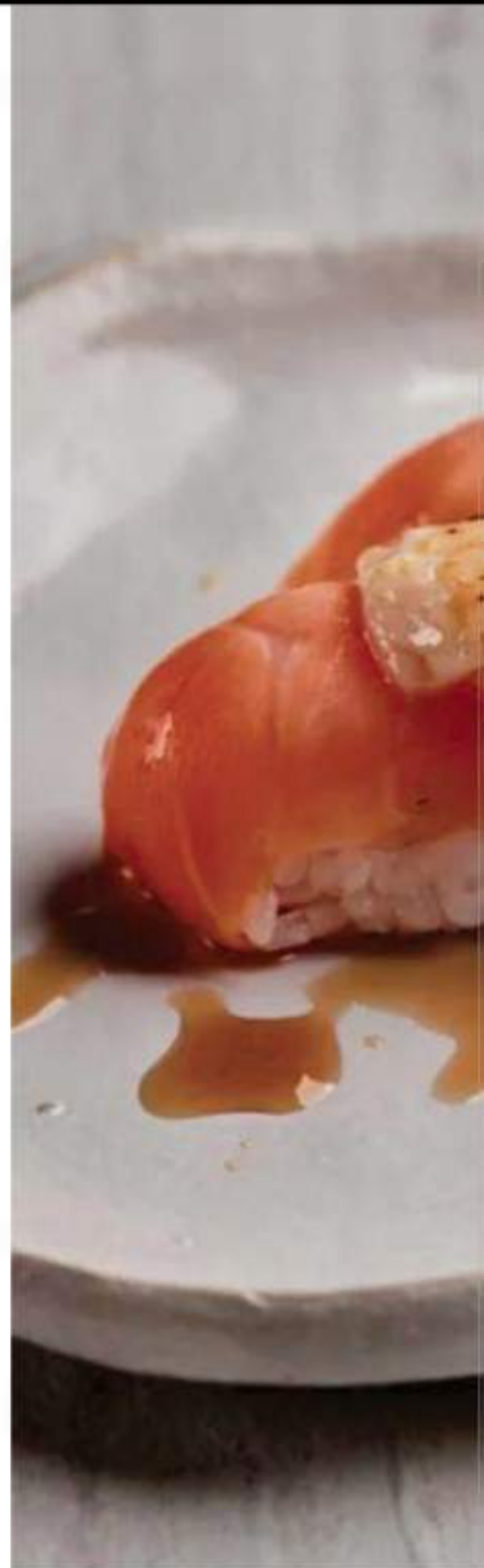


NORA SUGOBONO

FOTOS:
YASMIN KAHATT

El verano se puede vivir de múltiples maneras, todas ellas combinables entre sí. A mí, por ejemplo, me gusta saborearlo con la fruta de temporada cada mañana, con el olor a coco de alguna crema corporal, con una cerveza heladita que llega en el momento preciso (mejor si se acompaña de una porción de chifles), con incontables observaciones al cielo limeño a la hora del atardecer, y con el inmenso placer que me supone utilizar un solo par de hawaianas como calzado universal durante toda la temporada. Entre estas expresiones, eso sí, mi favorita tiene que ver con aquello que elijo comer en los días soleados, así como el ambiente donde me provoca disfrutarlo.

Mi visita al local de Kaia ubicado en La Mar ha demorado algunos meses, pero llegó en el tiempo idóneo. Tan pronto como entré, la decoración me remitió a esos pequeños restaurantes de la costa griega o italiana, con mucho blanco, luces cálidas y paredes limpias. Se siente





TENTADOR NIGIRI LOCHE, CON SALMÓN, WASABI, BATAYAQUI, ZAPALLO LOCHE Y QUESO MANCHEGO FLAMBEADO. EN TOTAL, HAY NUEVE CLASES DE NIGIRIS EN LA CARTA.



casi como ingresar a una gruta o una pequeña cueva, donde nos espera alguna que otra sorpresa. El restaurante miraflores tiene dos pisos y un ambiente bastante íntimo, algo que se configura como un diferencial frente a sus 'hermanos' playeros, con mesas grupales, música en vivo, adornos de fibra natural y una vibra 100% veraniega. Tiene sentido: el local original está ubicado en Punta Hermosa, donde es un rotundo éxito. Las otras dos sedes en Asia siguen por esa misma línea.

El menú es igual en los cuatro locales: una carta de comida nikkei con libertad para la fusión y un poco de juego. Me encantan sus opciones de tacos y baos, con distintos rellenos marinos y siempre con un toque oriental. Son bocados ideales para compartir en grupo, aunque —siendo honesta— también podría comérmelos como porción personal. Si bien el fuerte por aquí son los nigiris y makis, no olvidemos que Kaia tiene mucho de inspiración costera, por lo que cebiches, tiraditos y pokes también son parte esencial de la carta.

En el lado de los fondos, la variedad sigue marcando el hilo conductor en esta mesa. Encontramos desde risotto en tinta de calamar o espagueti a la vóngole, hasta un atún saltado, unos fideos udón con pollo crocante y setas, o un sabroso yakimeshi de langostinos.

La fotógrafa Yasmin Kahatt, una de las socias detrás de Kaia, y gran promotora de su restaurante, nos cuenta que los planes con este concepto son muchos. Quieren seguir consolidando la marca en todo el país, ofreciendo la mejor experiencia para sus clientes en esta temporada —y el resto del año, claro— y no ven muy lejano el día en el que Kaia salte a otros destinos en el extranjero. La comida peruana sigue creciendo y en algunas mesas, como la que visitamos hoy, el verano puede ser eterno. //

Los favoritos de Nora

CÓCTELES PARA EMPEZAR

Nunca es mala idea (salvo que estemos apurados, o no nos provoque tomar alcohol) comenzar la comida con un buen aperitivo. Nos refrescan, abren el apetito y —al menos a mí— también nos ponen de buen humor. En la carta de Kaia encontré un cóctel que rápidamente se ha convertido en un nuevo favorito: el Sol Naciente, a base de jerez, chardonnay, cítricos y lichí. Chic y muy fresco.

PLAN DE FIN DE SEMANA

Como saben, Kaia empezó en Punta Hermosa (donde están abiertos todo el año) y esa esencia veraniega también se ha extendido a otras playas durante la temporada. En Asia tienen dos sedes, en Playa Bonita y Playa del Golf, y se puede entrar a ambos locales por el malecón. Si vienen desde el estacionamiento, lo idóneo es reservar y dejar los nombres para el acceso. Suele haber DJ y música en vivo los viernes y sábados. Un superplán.



ÚRSULA SAYÁN, PASCUAL SACO, YASMIN KAHATT Y LUIS MIGUEL POLLAROLO SON LOS SOCIOS DETRÁS DE KAIÁ. AQUÍ, LOS CUATRO JUNTOS EN LA INAUGURACIÓN DEL LOCAL DE LA MAR.

Tendencias

SABOR A LA MANO

Insólito Wraps nació en 2019, convirtiéndose en el primer restaurante especializado en enrollados del país. Este emprendimiento busca diferenciarse por su gran tamaño, contundencia y originalidad, con sabores que prometen sorprender a más de uno.

POR:
DIANA GONZALES

Algunos pueden llegar a pesar cerca de un kilo y se tienen que coger con las dos manos para poder comer esta maravilla de sabores. Los wraps de Insólito, la marca peruana especializada en esta propuesta culinaria, se caracterizan por su abundancia y contundencia, así como por su búsqueda de originalidad.

Sus creadoras, Pamela Temoche y Kiara Menacho, no estudiaron gastronomía. De hecho, antes de Insólito trabajaban en áreas como planeamiento financiero y marketing. Fue en 2019, antes de pandemia, cuando Kiara se lanzó con la marca y, tiempo después, Pamela se unió en esta aventura aterrizando el concepto.

“Insólito significa fuera de lo común, extraordinario, único. Además de nuestros productos ofrecemos nuestra filosofía: inspirar a las personas a vivir su día a día de manera única, enseñamos que lo diferente no es malo. Al final, la explosión de sabores distintos es lo que hace el éxito de Insólito”, nos comenta Kiara Menacho.

Una de sus características es que hacen los wraps desde cero. Además, han creado su propia máquina para elaborar las masas, produciendo alrededor de ocho va-

INSÓLITO



DELICIOSOS Y SORPRENDENTES: LOS WRAPS DE INSÓLITO BIEN PUEDEN SER UN ALMUERZO COMPLETO PARA MITIGAR EL HAMBRE MÁS FERROZ.



LA CARTA ES AMPLIA. ADEMÁS DE WRAPS, EN INSÓLITO OFRECEN POSTRES, BOWLS, POKES Y ENSALADAS PREPARADAS COMO UNA OBRA DE ARTE.

¿Dónde probarlos?

♦♦ Su local principal está en la calle Alfonso Ugarte 354, Miraflores, dentro de Kintu Barras. En estos meses de verano, el 'foodtruck' de Insólito se ubica en La Curva-Foodtruck, Punta Hermosa.

Para conocer toda la propuesta gastronómica de la marca, ingresar a la web www.insolito.pe. Su página de Instagram es @insolito.pe. El delivery está a cargo de PedidosYa y Rappi.



KIARA MENACHO Y PAMELA TEMOCHE SON SOCIAS DE INSÓLITO Y GRANDES AMIGAS.

riedades con sabores potenciados con 'superfoods', como espinaca, integral y linaza, ají amarillo, páprika, entre otras opciones.

Para definir cuáles son los favoritos de los clientes, los dividen en dos bandos. Los amantes de las carnes prefieren el wrap Insólito que tiene proteínas como carne de res, chanco, pollo, también pecanas caramelizadas y más sabores. El público 'fitness' tiene su favorito: el apaltado. “Otro producto que se vende muy bien y nos diferencia bastante es el ‘Arma tu wrap’, porque pueden hacerlo de acuerdo

a sus preferencias”, detalla Pamela. Hay opciones para quienes no pueden comer gluten, vegetarianos o veganos. “Es uno de nuestros caballitos de batalla”, complementa.

La carta es sumamente variada. Además de contundentes wraps como el smokey barbacoa (con carne, tocino, cebolla caramelizada y masa de páprika y cayena); o el acebichado (con chicharrón de pescado y masa de ají amarillo); pueden encontrar potentes bowls y pockets.

Atrévase a probar algo insólito y pónganle sabor a la vida. //

LA COMPAÑÍA OFRECE EXPERIENCIAS PERSONALIZADAS QUE PERMITEN A LOS VIAJEROS CONOCER NUEVOS LUGARES PARA PRACTICAR SU DEPORTE FAVORITO.

FOTOS: EXPLORA SPORTS



Turismo

UNA AVENTURA DEPORTIVA

Viajar por el Perú mientras hacemos ciclismo de montaña o trail running. Esta es la propuesta de Explora Sport Experiences.

POR:
JORGE CHÁVEZ NORIEGA

Haber nacido en Cusco le dio a Dan Valencia la posibilidad de conectarse con el mágico entorno de los Andes a través del deporte. Primero como delantero de las divisiones menores del club Cienciano, y luego montado en una bicicleta que lo llevaba a los parajes más recónditos de la Ciudad Imperial.

Con el tiempo, se le hizo costumbre llevar a su fiel compañera de dos ruedas a cuanto viaje hacía por el Perú: así fue como descubrió una variedad de rutas poco exploradas en Huaraz, Arequipa, Tingo María y Tacna. Con la llegada de la pandemia y la necesidad de hacer actividades al aire libre, en 2022 tuvo la idea de poner en marcha la empresa de turismo deportivo Explora Sport Experiences, una propuesta que brinda la oportunidad de conocer algunos de los destinos más impresionantes del país, mientras manejamos bici-



EL TURISMO DEPORTIVO ES UNA ACTIVIDAD QUE YA EMPIEZA A SER POPULAR EN EL PERÚ.

Un viaje memorable

Si bien existen algunos paquetes establecidos, se recomienda primero recibir una asesoría personalizada para armar la ruta que mejor se adecúe a su condición física. Mayor información en www.explora.pe. Instagram: @explorasports. Email: contact@explora.pe.

cleta o hacemos trail running.

“Cuando me fui a estudiar fuera, me percaté de que había un movimiento muy grande relacionado a viajar y hacer deporte. Entonces, al regresar al Perú, decido hacer lo mismo por mi cuenta. Empiezo a organizar viajes para que otras personas aficionadas al deporte puedan vivir este tipo de experiencias”, comenta el empresario peruano. “Nosotros nos encargamos de toda la logística, de los caminos, de la seguridad. Solemos ir a destinos que son poco tradicionales, a descubrir lugares”, explica.

Una de las rutas más solicitadas es la que recorre el Valle Sagrado de los Incas. “Es una experiencia única. Recorremos sitios arqueológicos como Písac y Ollantaytambo. También tenemos la posibilidad de llegar a Machu Picchu por el Camino Inca, lo cual es alucinante”, afirma Valencia. Para los más experimentados, está la ruta del Parque Nacional Huascarán. “Esta es para gente un poco más técnica, ya más cuajada en el deporte, porque es mucha más altura. Con este circuito podemos visitar algunas lagunas y nevados”.

Los costos varían según el tipo de experiencia (más detalles en el recuadro). El servicio incluye, además, alojamiento, traslados, comida, y actividades recreativas. Una gran alternativa para descubrir el Perú desde otra perspectiva. //



LA GARZA MAYOR ES UNA DE
LAS 211 ESPECIES DE AVES
QUE SE PUEDEN APRECIAR EN
EL HUMEDAL PANTANOS DE
VILLA, EN CHORRILLOS.



EL HECHIZO DE UN REFUGIO NATURAL

Visitamos el área natural protegida Humedal Pantanos de Villa, ubicado en Chorrillos. Un oasis donde la naturaleza predomina sobre la ciudad. Aquí, los visitantes y sus familias pueden llegar a ver diversas especies de flora y fauna, experimentar paseos sobre el agua y entrar en contacto con toda su biodiversidad.



DIANA GONZALES OBANDO

FOTOS:
JOEL ALONZO

En temporadas de verano, entre 15 y 18 mil aves migratorias —principalmente la gaviota de Franklin— llegan a la laguna mayor del Humedal Pantanos de Villa desde las praderas de Canadá, en Norteamérica. Viajan más de 8 mil kilómetros escapando del invierno, renuevan sus plumas, comen pequeños peces, visitan las playas del sur como recreación, y, entre abril y mayo, están listas para continuar su viaje.

En este humedal chorrillano, la ciudad tiene un paraíso ecológico clave para la conservación de la diversidad biológica. Posee la capacidad de filtrar el agua contaminada mediante sus juncos y totoras, y sirve de refugio para 211 especies de aves entre residentes y migratorias, 55 especies de arácnidos, 8 especies de mamíferos (como una gran cantidad de cuyes silvestres que salen de sus madrigueras por las tardes), y coloridas variedades de anfibios, reptiles y peces.

Aquí se encuentran plantas como la totora, el junco, la grama salada y la salicornia, cada una con una función esencial como filtrar el agua, la estabilización del suelo y la captura de carbono, logrando así contribuir con el equilibrio ambiental.

Es un espacio privilegiado de 263 mil hectáreas con una visión maravillosa de la naturaleza y que muchos limeños se están perdiendo de conocer y experimentar. “Así como los bosques, los humedales son los pulmones de la ciudad. Sus plantas retienen CO₂ y ayudan a la mitigación del cambio climático, controlan la erosión de los suelos y tienen beneficios para los habitantes de la ciudad”, nos comenta nuestro guía Sebastián Carrión, un joven chorrillano conectado con este paisaje desde el colegio.

Además, los pantanos, como son conocidos popularmente, funcionan como amortiguador térmico, moderando temperaturas locales y creando un microclima ideal para la flora, la fauna y las comunidades humanas cercanas.



1/

ROBERTO CARLOS
LIMA PERÚ 🇵🇪
03 MARZO 9:00pm

arena 1

Preventa: 18.19.20 DIC. Venta General: SÁBADO 21 DIC.

Compra en **ticketmaster.pe**

CMR CEN ITM

EXPERIMENTAR EL OASIS

Paseamos en la pasividad de sus aguas (una mezcla de agua dulce y salada), alimentadas por las filtraciones y canales. En medio de un increíble silencio (teniendo en cuenta que se encuentra rodeado de urbanizaciones), seguimos el rumbo sobre un catamarán de energía solar.

Nos recibieron unos gallinazos de cabezas negras y rojas con sus inmensas alas extendidas bajo el sol, esperando secarse. En el recorrido, vimos algunos ejemplares de la garza mayor, un ave que puede llegar a medir hasta 1,10 m, y “cuando busca pareja su plumaje llega a crecer tanto que parece un vestido”, nos dijo el guía. También nos encontramos con la garza huaco, un ejemplar adulto color marrón que pescaba en la orilla, esperando paciente capturar el almuerzo. Playeros coleadores, un grupo de patos gargantillo, entre otras especies de aves iban apareciendo —flotando o volando— durante la ruta. Sin duda, es el paraíso de los amantes de las aves.

Aunque no llegamos a ver a la especie emblemática del humedal, el sietecolores, sí nos encontramos con un pequeñísimo nido sostenido entre las totoras con sus polluelos hambrientos, un espectáculo único.

1. VISTA DE UNA GARCITA ESTRIADA JUVENIL. DURANTE NUESTRO RECORRIDO PUDIMOS VER TAMBIÉN PATOS GARGANTILLO, GALLINAZOS, Y VARIOS TIPOS DE GARZAS, COMO LA HUACO, MAYOR Y MENOR.

2. EN ESTA INMENSA LAGUNA ATERRIZAN MILES DE AVES MIGRATORIAS, ESPECIALMENTE LAS GAVIOTAS DE FRANKLIN QUE LLEGAN DESDE NORTEAMÉRICA. ESTA ES LA VISTA DESDE EL MIRADOR.



1 METRO

de profundidad tiene en promedio el agua navegable del Humedal Pantanos de Villa. Se origina por el encuentro del agua salada del mar y de los ríos Rímac y Chillón.

ÚNICO EN LIMA

El Humedal Pantanos de Villa tiene la categoría Ramsar que declara su importancia internacional por ser representativo, raro, singular y un refugio de aves migratorias. Es el único en Lima con esta categoría. En el Perú existen 14 sitios Ramsar.

23

cuerpos de agua dan vida a los humedales. Estos son 5 lagunas, 3 manantiales, 14 canales y 1 relicto. El agua que los alimenta recorre más de 80 km, descendiendo de la cuenca del río Rímac.

CIRCUITO INCLUSIVO

El humedal chorrillano ofrece tres tipos de circuitos: Maravilla, Tradicional y Génesis. Este último, incluye rampas especiales, embarcaciones adaptadas para sillas de ruedas, paneles hápticos y en Braille para invidentes.

FOTOS: JOEL ALONZO



2/

3. LA DIRECTORA TÉCNICA DE PROHVILLA, ARO. VIVIANA PANIZO, ACOMPAÑA UNO DE LOS TALLERES DIRIGIDOS A NIÑOS Y NIÑAS CON EL PROPÓSITO DE CONOCER LAS ESPECIES DE FLORA. SON CINCO.

4. ENTRE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS, SE DAN CLASES DE REMO, CIRCUITO POR CATAMARÁN Y KAYAK. VEA MÁS ACTIVIDADES EN SU CUENTA DE INSTAGRAM @PANTANOSDEVILLAOFICIAL.



4/

Además, del ruido que puede espantar a las aves, “los espacios como las caballerizas informales cercanas, el lavar ropa con detergente en ojos de agua y canales, el lavado de vehículos o el que algunas personas ingresen y generen incendios son algunos de los principales factores contaminantes de los humedales, pero lo tenemos controlado con cámaras por toda el área ecológica y siempre estamos en coordinación con el serenazgo de los municipios”, resalta la arquitecta Viviana Panizo, directora técnica de la Autoridad Municipal de los Pantanos de Villa (Prohvilla).

Precisamente, para crear conciencia del cuidado que debemos tener sobre este tesoro chorrillano, Panizo invita al público a visitarlos y disfrutar de sus actividades: “El público puede participar en los talleres de verano desde los 6 a 16 años. Visitar y recorrer los tres circuitos (Maravilla,

Tradicional y Génesis) con un guiado tradicional y especializado. Tenemos taller de remos, paseos en kayak y catamarán, el cual lleva energía solar para generar el menor impacto posible en la naturaleza”.

Asimismo, una de las actividades más interesantes es el campamento de un día para otro, donde se podrá navegar de noche y disfrutar de una vista nocturna de las estrellas. Este será los días 25 y 26 de enero (inscripciones al 987 666 656). Los guías están preparados para recibir cualquier tipo de duda y resolver las necesidades de sus visitantes. Por ejemplo, si se quiere conocer alguna especie de ave en especial, harán lo posible por encontrarla.

Visitar el Humedal Pantanos de Villa es una oportunidad para salir en familia estas vacaciones a un destino natural cercano a la ciudad, sin necesidad de viajar fuera de Lima. //



3/

• Espectáculo

Gabriel Calvo, Rodrigo Sánchez Patiño, Nicolás Galindo y Pablo Saldarriaga dejan atrás los estereotipos en el musical “Los hombres no lloran”, una puesta en escena que desafía la masculinidad y explora la sensibilidad a través de clásicos que forman parte del ‘playlist’ de nuestras vidas.

POR: CELESTE
PÉREZ

A todo pulmón

Cuatro hombres cantándole al amor. Gabriel Calvo, Pablo Saldarriaga, Nicolás Galindo y Rodrigo Sánchez Patiño suben una vez más a los escenarios con el espectáculo que ha robado risas y corazones a través de clásicos de la música romántica: “Los hombres no lloran”, los próximos 23 y 30 de enero en la peña Del Carajo!

A través de una montaña rusa de emociones, este musical demuestra que los estereotipos de la masculinidad quedaron atrás, desmoronándose con humor, reflexión y musicalidad. Algo que, quizá, también han experimenta-

do sus protagonistas en la vida real.

“Mi generación claro que sí vivió con esas frases de que si te caes y lloras no eres suficientemente hombre. Pero a través del arte y del tiempo creo que he cambiado esa percepción. Yo soy un llorón empedernido. Es algo sanador para mí”, cuenta Gabriel Calvo en diálogo con esta revista.

Asimismo, el actor apunta a que el tiempo debe dejar atrás esa etiqueta de que las lágrimas son inherentes al dolor. “También se puede llorar de alegría, de risa, de emoción. Por eso no hay que reprimir las lágrimas nunca”, agrega.



Sobre el viaje musical que ha representado “Los hombres no lloran” (estrenada en 2024 y con fechas en julio y diciembre), Calvo resalta la fortuna de trabajar con los amigos que la actuación le regaló hace más de tres décadas. “Compartir con ellos es increíble, y se transmite en la dinámica del escenario, porque jugamos con esa amistad en escena, a veces improvisamos cosas en el guion y la gente lo acepta superbién, se ríe, se divierte”.

La música también es eje principal, invitando a cantar a

viva voz clásicos de toda la vida, como “Ni tú ni nadie” de Alaska y Dinarama, o “Solo pienso en ti” de Guillermo Dávila. “La gente termina enganchada, porque son canciones que, de hecho, están en el ‘playlist’ personal de muchos de ellos, que evocan recuerdos y alegrías. El fin de fiesta es lindísimo porque la gente termina de pie, cantando, bailando con nosotros”, concluye el actor, esperando que más se sumen a una fiesta donde los hombres pueden llorar —y reír— con total libertad. //

“Los hombres no lloran” regresa con dos funciones los próximos 23 y 30 de enero, en la Peña Del Carajo! a las 9 p.m. Las entradas ya se encuentran disponibles a través de Teleticket.

PRODUCIDA POR MADELINE FIERRO, EN ESTA COMEDIA MUSICAL LOS ACTORES INTERPRETARÁN CLÁSICOS DE MENUDO, TORBELLINO, JOSÉ JOSÉ, PEDRO SUÁREZ-VÉRTIZ Y MÁS.

Playas

La diversión se traslada al sur de Lima con opciones para toda la familia en el colorido balneario de Asia. Toma nota y complementa tus días de verano con actividades deportivas, juegos, cine y más.

POR:
CELESTE PÉREZ

Planes para TODOS



↑ Innovación sobre ruedas

♦♦ Una experiencia completa en torno a la electromovilidad. En el nuevo espacio EV Experience de Kia, ubicado en el Boulevard de Asia (frente a Wong), los visitantes tendrán la oportunidad de viernes a domingo de realizar pruebas de manejo en vehículos eléctricos y conocer a profundidad la tecnología que los respalda en sus modelos cero emisiones. Para descubrir más detalles e inscribirse en los 'test drive', ingrese a @kiaperuoficial en Instagram.

La Copa Juvenil Mitsubishi Asia 2025 es una fiesta completa en torno al fútbol. Otros aliados para este evento son Lenovo, Repsol y Adidas.

JOHAI ALONZO



En la cancha

♦♦ La Copa Juvenil Mitsubishi Asia 2025 llega para contagiar de cultura deportiva a niños y niñas de entre 8 y 14 años a través del fútbol, fortaleciendo su trabajo en grupo y habilidades en la cancha. Respaldado por el grupo El Comercio e Igma Sports, el registro para la actividad será el próximo 17 de enero, y las fechas del torneo se darán desde el próximo 7 de febrero hasta el 1 de marzo. Más información en elcomercio.pe y en redes sociales de **El Comercio**.

ISTOCK

Para seguir a detalle los eventos y actividades que se llevarán a cabo en Asia las próximas semanas, ingresa a @boulevarddeasia en Instagram.



Diversión asegurada

♦♦ Carritos chocones, carruseles, toboganes y más. En Diverland del Boulevard de Asia podrás pasar un agradable momento con los engrtidos del hogar luego de las mañanas en la playa o la piscina. Toda la información sobre entradas y horarios en diverland.com.pe, o en el perfil de Instagram @diverlandperu.

¡Pump it up!



♦♦ El deporte no se detiene en el verano y uno de los lugares más queridos para hacerlo aterriza en Asia con sus disciplinas más populares: síclo, cycling, barré y ejército, su nueva propuesta que combina fuerza, potencia y resistencia muscular, están disponibles en el Boulevard de Asia para poner en forma a todos con música y diversión.

SÍCLO PERÚ



Que no pare la fiesta

♦♦ Las noches cobran vida en uno de los 'spots' más exclusivos del sur, Amadeus Club (Panamericana Sur km 97,5, Asia), donde los 'playlists' ponen a bailar a todos hasta la madrugada, y los conciertos en vivo no faltan. Descubre sus próximos eventos y cómo formar parte en @amadeusclub en Instagram.



AMADEUS CLUB



Saltando sin parar

♦♦ La energía estará a tope en Free Jump, un parque temático en el Boulevard de Asia con espacios para desafiar a la mente y el cuerpo a través de juegos, piscinas de 'foam', camas saltarinas y más. Conozca los precios y promociones de verano en su página de Instagram @freejump.pe.

FREE JUMP



Hasta el amanecer

♦♦ El próximo 25 de enero se llevará a cabo la esperada cita The Soundgarden en Joia (km 97,5 de la Panamericana Sur, en el Boulevard de Asia), con invitados de lujo como DJ Nick Warren y Armen Miran. Las entradas ya se encuentran a la venta vía Ticketmaster y para más información puede visitar @superclub.peru en Instagram.



Fuerza y enfoque

♦♦ La disciplina y bondades del taekwondo llegan al Boulevard de Asia con la escuela Taekwondo Communities (@taekwondocommunities). Con clases de artes marciales para todas las edades, no solo inculcan esta actividad deportiva, sino también el desarrollo mental y emocional a través de talleres de improvisación creativa, alimentación saludable y más. Este sábado 18 contarán con una tarde de experiencias gratis para quienes tengan su primer acercamiento a la disciplina.





En pantalla grande

♦♦ Si estás en el sur, no te tienes que perder los últimos estrenos del séptimo arte. En Cinemark del Boulevard de Asia, podrás disfrutar de una selección ideal para complementar tus días de verano, y además disfrutar de su promoción de dos entradas a 9,90 todos los lunes. Más información en @cinemarkperu.



Antojos de verano

♦♦ Si buscas una opción diferente para el antojo de dulce, puedes probar Tumico (ubicado en el Boulevard de Asia), una propuesta innovadora con helados 'soft' asiáticos y deliciosos tumiyakis. Con sabores como cookies & cream, frutos rojos y mango-maracuyá, este es un rincón imperdible durante tu estadía en el balneario. Descubre más de su propuesta fusión asiática-peruana en Instagram @tumicoperu.

Circo beat



POR: VÍCTOR IDROGO / ICÓNICA
@victoridrogo_

3.



1.



2.

4.



1/

A cuatro manos.
Mitsuharu Tsumura, Renzo Garibaldi, Jessica Rosval y Alfredo Villanueva celebran en el evento Ante Todo Mucho Fuego, en la terraza de Osso. San Isidro.

2/

De película.
Lorena Álvarez y Luca Gaviola, juntos en el Afternoon Tea Party para celebrar el filme "Paddington en Perú", en la residencia británica. Surco.

3/

Dúo teatral.
Los actores Sergio Galliani y Miguel Iza, dos de los protagonistas de la obra de teatro "La verdad", se preparan en el teatro Marsano. Miraflores.

4/

Siempre listas.
Ale Belaúnde y Catherine Ramírez, infaltables en las divertidas Noches de Jueves en Victoria. Barranco.

VALENTINA ASTUJAMÁN

**6.****8.****5.****7.****9.**

Esta nueva semana está llena de estrenos teatrales y eventos alrededor de la gastronomía, el cine y el arte peruano. Descubre a sus protagonistas.

5/**Fuego y carnes.**

El bartender invitado Luis Castro se luce en la barra durante la inauguración del restaurante de carnes Kilo Miraflores.

6/**En equipo.**

El productor Ricardo Morán junto con sus hijos Emiliano y Catalina se entretienen en el evento Afternoon Tea Party en la residencia británica, Surco.

7/**Trío artístico.**

Jorge Villacorta, Trinidad Carrillo y Augusto del Valle en la presentación del fotolibro "Oneiro-mance" de Trinidad Carrillo en el MAC, Barranco.

8/**Familia rockera.**

El músico Bruno Sánchez celebra la presentación de su hija Illari en la espectacular clausura del Warmi Rock Camp 25. Colegio Los Reyes Rojos, Barranco.

9/**Noche de teatro.**

Los actores Christian Ysla y Carol Hernández disfrutaron del estreno de la obra "Actos consentidos", La Plaza, Miraflores.

**¿QUIERES QUE
TU EVENTO SALGA
EN CIRCO BEAT?**

Escribenos a:
claudia.amaya@comercio.com.pe

11.



12.



14.



VALENTINA ASTUJAMÁN

10.



13.



10/

Verano feliz. Alessia Giampietri, Silvana Espinosa, Lorena Vizcarra y Angie Gómez se divierten en las Noches de Jueves en Victoria. Barranco.

11/

Vino tinto. Mariela Yamas- hiro, dueña de Kilo, y su amigo Piqué Miranda presentes en el día de la inau- guración de Kilo Miraflores.

12/

De tal palo, tal cantante. La cantautora La Lá y su hija Amara se reúnen en la clausu- ra del Warmi Rock Camp 25. Colegio Los Reyes Rojos, Barranco.

13/

Teatro de fiesta. Óscar López, Gonzalo Revoredo, Karina Jordán, Miguel Álvarez, Érika Villalobos, Cindy Díaz y Anneliese Fiedler en el estreno de la obra "Actos consentidos". La Plaza, Miraflores.

14/

Experimentar el arte. Úrsula Sánchez y Luren Debernardi en la exposición de Marea Alta, edición de diciembre, en el Estudio Francia. Miraflores.

15/

Puro rock. La chef Érika Morote y Nina Bueno de Mesquita roc- kean en el Warmi Rock Camp 25. Colegio Los Reyes Rojos, Barranco.

VALENTINA ASTUJAMÁN

17.



VALENTINA ASTUJAMÁN

19.



16.



VALENTINA ASTUJAMÁN



VALENTINA ASTUJAMÁN

18.



15.



16/

Caballeros de la noche.

Augusto Venegas y Ernesto Galdos disfrutaron su visita nocturna a Victoria durante las Noches de Jueves. Barranco.

17/

A la expectativa.

Paola Vásquez y Gonzalo Molina no se perdieron el estreno de la obra "Actos consentidos" en el teatro La Plaza, Miraflores.

19/

Empieza la aventura.

El actor Carlos Carlin y el embajador británico en el Perú, Gavin Cook, contentos durante el evento Great Paddington en Perú. Residencia británica, Surco.

18/

Los verdaderos.

Rossana Fernández Maldonado, Alexander Du Bois, Makhy Arana, Milene Vásquez y Giovanni Ciccía comparten entretelones de la obra de teatro "La verdad". Teatro Marsano, Miraflores.



UNA GRAN VERBENA
CRIOLLA POR EL ANI-
VERSARIO DE LIMA SE
CELEBRÓ EN LA PLAZA DE
ARMAS, EN EL AÑO 1983.

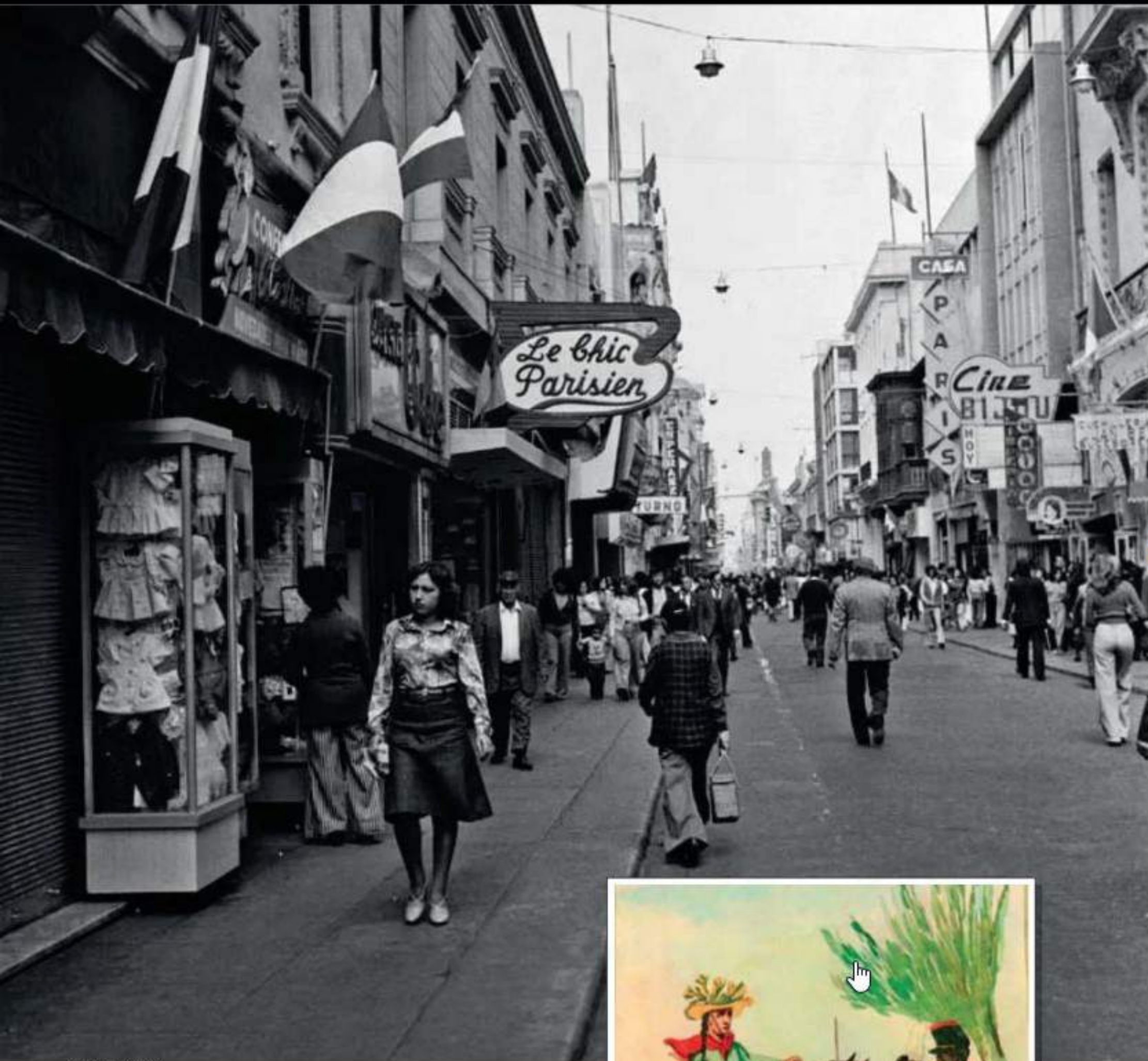
En portada

TRADICIONES LIMEÑAS

La historia del aniversario de Lima está marcada por decisiones políticas, milagros y tradiciones que han evolucionado desde la época colonial hasta la república. Desde las procesiones solemnes del 6 de enero hasta los fuegos artificiales y corsos del siglo XX, la ciudad ha encontrado distintas formas de celebrar su fundación, siempre con un toque único de identidad limeña.



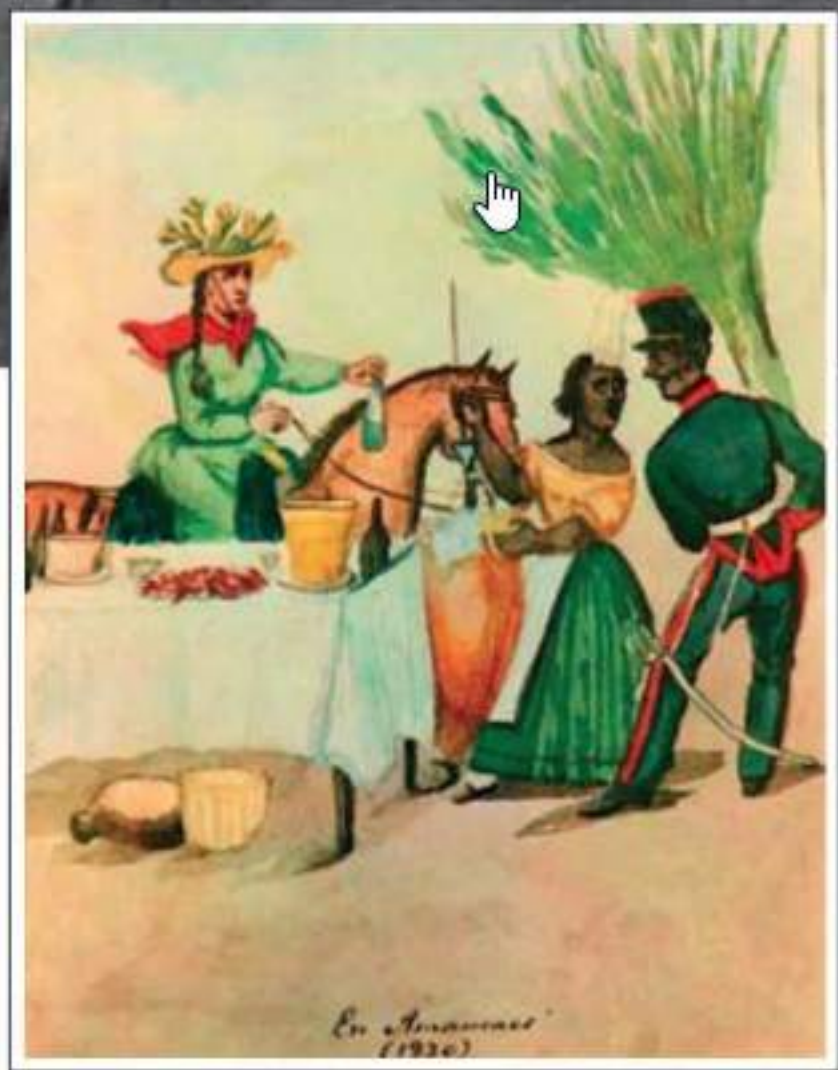
POR
ÓSCAR GARCÍA



ARCHIVO HISTÓRICO EC

LOS LIMEÑOS ACUDÍAN A
PASEAR AL JIRÓN DE LA UNIÓN
EN ÉPOCAS ESPECIALES,
TALES COMO EL ANIVERSARIO
DE LIMA, FIESTAS PATRIAS O
NAVIDAD. AÑO 1976.

VENDEDORAS DE VIANDAS Y
DE LICOR DURANTE LA FIES-
TA DE AMANCAES EN UNA
ACUARELA DEL CÉLEBRE
PANCHO FIERRO DE 1830.



ARCHIVO HISTÓRICO EC



ños de centralismo y concentración de poder nos han hecho olvidar que Lima no siempre fue la capital del Perú. Cuando los españoles se desplazaban a caballo rumbo a Cusco, luego de tomar Cajamarca, repararon en que el valle de Jauja tenía un clima agradable y era fértil en frutas y verduras, por lo que decidieron fundar allí el primer centro de poder político. Fue la leyenda de posibles tesoros en la zona de Pachacámac la que los trajo por estos lares, que, a primera vista, a Francisco Pizarro se le antojaron desérticos y sin vida. El conquistador envió a tres jinetes a explorar, hasta que, un 6 de enero, luego de varios días de recorrer parajes desolados, encontraron un verdadero oasis, con árboles, cultivos y un río hablador. Era el valle de Lima. "Ellos pensaron que era un milagro de los Reyes Magos, porque el 6 de enero era su día, y así se lo contaron a Pizarro. Por eso, durante el virreinato, el aniversario de Lima se celebraba no el 18 sino el 6 de enero, el día del milagro que ellos decían", le explica a **Somos** el historiador Marco Antonio Capristán Núñez, autor del libro "Historia de Lima".

Según Capristán, durante los tiempos del dominio español, las celebraciones por el aniversario de Lima solían ser eventos ante todo protocolares. Cada 6 de enero se elegía a los alcaldes, y luego se realizaba una ceremonia solemne, en forma de procesión, en la que las autoridades políticas, religiosas y civiles se dirigían a pie por varias calles del Centro de Lima hasta llegar a una casa ubicada en el cruce del Jirón de la Unión con el Pasaje Santa Rosa. Aquella casona tenía una gran importancia, puesto que era una de las propiedades de la familia de Francisco Pizarro. Hoy, en ese

ARCHIVO HISTÓRICO EC



ELIE GARDNER

LA DELICIOSA COMIDA CALLEJERA LIMEÑA HA SIDO PROTAGONISTA DE INCONTABLES FIESTAS POPULARES. MEJOR, SI SE DISFRUTA EN GRUPO: LAS SEÑORAS DE LA FOTO FUERON CAPTADAS AL PASO EN 1985.

LOS ANTICUCHOS SON UN APOORTE DE LA COMUNIDAD AFROPERUANA A NUESTRO PAÍS. RICARDO PALMA, EN SUS "TRADICIONES PERUANAS" (1872), SOSTENÍA QUE SE COMÍAN DESDE HACÍA TRES SIGLOS.



*EL ANIVERSARIO DE LIMA
SE CELEBRABA EL 6 DE
ENERO PORQUE SE PENSABA
QUE FUE GRACIAS A LA
MEDIACIÓN DE LOS REYES
MAGOS QUE LOS ESPAÑOLES
HABÍAN DESCUBIERTO EL
VALLE DE LIMA.*

Marco A. Capristán
HISTORIADOR



ARCHIVO HISTÓRICO EC

ARRIBA: LOS PERSONAJES DE LA DC COMICS (BATMAN, EL PINGÜINO) FUERON LA ATRACCIÓN DEL CARRO ALEGÓRICO DE COCA-COLA DURANTE EL ANIVERSARIO DE LIMA, EN 1967.

ABAJO: LA CIUDAD SE LLENABA DE CARRUAJES DECORADOS QUE SE PASEABAN POR LAS CALLES EN EL CORSO DE ANIVERSARIO DE LA CIUDAD, TAL Y COMO MUESTRA ESTA ESTAMPA DEL AÑO 1966.

LA AN
LIMA
1684
RESTO
EN BA
ZONA
FREN
EL AN

mismo lugar, se encuentra un McDonald's. Allí también acude mucha gente, pero por motivos distintos.

Aunque no existen muchos datos concretos sobre cómo la población celebraba el aniversario de Lima durante el virreinato, Capristán sugiere que en los hogares se organizaban banquetes especiales. Estos probablemente incluían los platillos favoritos de la época, como el chicharrón, la gallina o tamales criollos, que era la comida usual en festividades. Para acompañar cada celebración, no faltaban las bebidas tradicionales como la chicha de jora.

Con la llegada de la independencia y el período republicano, se decidió dejar atrás las tradiciones virreinales, lo que incluyó establecer una nueva fecha para celebrar el aniversario de la ciudad. "Se optó por

oficializar el 18 de enero como la fecha del aniversario, que corresponde al día de la fundación real de Lima", detalla Capristán. Sin embargo, las celebraciones no eran uniformes y variaban según la gestión municipal. En cierto sentido, el carnaval de Lima que se realizaba en febrero tenía una mayor resonancia identitaria para los limeños, y era una de las festividades más esperadas del año. Otra celebración destacada era la Fiesta de Amancaes, realizada en junio, donde una multitud se congregaba en la pampa del mismo nombre, ubicada en el Rímac, y en sus colinas colindantes, para disfrutar de una tarde de música y esparcimiento. Este festejo incluía bailes de zamacueca, cabalgatas, levantamiento de carpas y celebraciones que se extendían hasta el amanecer.



MAURICIO RUGENDAS, PINTOR BÁVARO QUE VIVIÓ EN EL PERÚ ENTRE 1840 Y 1845, REALIZÓ ESTA MAGNÍFICA PINTURA QUE ILUSTRÁ LO QUE FUERA LA FIESTA DE AMANCAES.



MAURICIO RUGENDAS

LA ANTIGUA MURALLA DE LIMA FUE CREADA ENTRE 1684 Y 1687. ESTOS RESTOS SE ENCUENTRAN EN BARRIOS ALTOS, EN LA ZONA DE BASTIÓN LUCÍA, FRENTE AL CEMENTERIO EL ÁNGEL.



Huellas del pasado

Las construcciones de la época de la fundación de Lima no lograron sobrevivir al paso del tiempo, debido a los terremotos y la modernización. Los vestigios más antiguos que aún se conservan datan del siglo XVII. Entre ellos, destaca la Muralla de Lima, de la cual solo quedan algunos fragmentos. Según el historiador Capristán, otros dos puntos históricos son la pileta de la Plaza de Armas, construida en 1651, y el Puente de Piedra, que data de 1610.

Los aniversarios de Lima, aunque más modestos en comparación con otras festividades, no carecían de simbolismo ni de entusiasmo. Ya en el siglo XX, era común disfrutar de espectáculos de fuegos artificiales, “castillos” y “vacas locas” en las distintas plazas de la ciudad. En las plazas más grandes, se instalaban tabladillos donde músicos ofrecían verbenas, siendo la Plaza de Armas la más concurrida. La gente asistía en auto y, en algunos casos, se subía a los techos de los vehículos para disfrutar mejor del espectáculo.

En varios distritos, se organizaban maratones que atraían a participantes de todas las edades. Por la tarde, las personas solían vestirse con sus mejores galas para pasear por el Jirón de la Unión, considerado entonces el lugar más chic de la capital, donde muchos iban no solo para disfrutar del ambiente, sino también para ser vistos o presumir. Y en las zonas populares, las picanterías se llenaban de clientes que buscaban disfrutar de manjares como los picarones, anticuchos, pancitas, rachi, todo al paso. Porque si algo sabemos los limeños hasta el día de hoy, es celebrar con el estómago lleno y el corazón contento por la ciudad donde vivimos. //



LA RESTAURACIÓN DE LA EMBLEMÁTICA IGLESIA DEL PRADO, EN BARRIOS ALTOS, FORMA PARTE DEL PLAN DE RECUPERACIÓN DEL CENTRO HISTÓRICO DE LIMA.

PRON



Patrimonio

La capital peruana, tan querida como caótica, cumple 490 años de fundación y entra en una década decisiva para todos los limeños. Hicimos un recorrido por el Centro Histórico para conocer cuáles son las calles, edificaciones y plazas que se han recuperado, así como los proyectos que se vienen ejecutando. Todo para que la Ciudad de los Reyes llegue al medio milenio de vida en su mejor momento. ¿Cuál es el plan?



**JORGE CHÁVEZ
NORIEGA**

FOTO:
VÍCTOR IDROGO

LA LIMA METIDA

Un día como hoy hace 490 años, Francisco Pizarro fundó Lima a orillas del río Rímac, atraído por el clima apacible de la zona y su inmejorable ubicación geográfica. Desde entonces —un período que abarca dos tiempos históricos: la Edad Moderna y la Edad Contemporánea—, el centro de la ciudad se sigue ubicando en el centro de todo. Entre las edificaciones, plazas y monumentos más importantes de la capital, confluyen las vías provenientes del norte, el sur, el este y el Callao, generando un alto tránsito vehicular que a ciertas horas del día se torna infernal. Los contrastes siguen siendo otra característica fundamental. Solo hay que caminar por la avenida Abancay o, más precisamente, por las inmediaciones del Congreso, para notarlos: por un lado, un edificio blanco e impoluto; en la vereda de enfrente, sobre el jirón Andahuaylas, decenas de vendedores ambulantes que ofertan desde ropa usada hasta succulentos combinados de cau cau, cebiche y papa a la huancaína. Posiblemente, ninguna calle defina a Lima mejor que esta.

“El Centro Histórico es una zona bisagra de un alto valor comercial que se materializa en los importantes conglomerados ubicados en su entorno, tales como Mesa Redonda, el Mercado Central o Grau”, nos dice Aldo Facho, arquitecto y urbanista. El especialista señala que esta importante actividad entra en conflicto con los esfuerzos que se hacen para preservar el valor monumental del Centro Histórico, “principalmente porque los fines que se persiguen son diametralmente opuestos”, sostiene. “Las actividades comerciales demandan grandes superficies y espacios logísticos, mientras que la conservación del valor monumental exige la preservación de las edificaciones históricas con sus estructuras y distribuciones originales”, añade el especialista. Eso es Lima hoy. //



“
EL CENTRO HISTÓRICO ES
UNA ZONA BISAGRA DE UN
ALTO VALOR COMERCIAL
QUE SE MATERIALIZA EN
LOS CONGLOMERADOS DE
SU ENTORNO

Aldo Facho
ARQUITECTO



PONER EN VALOR LOS MONUMENTOS RELIGIOSOS ES UNO DE LOS EJES CENTRALES DE PROLIMA, POR SU RELEVANCIA HISTÓRICA Y CULTURAL PARA LA CIUDAD.

ARCHIVO HISTÓRICO EC



LA AVENIDA ABANCAY EN 1953. CRUZA EL CENTRO DE LA CIUDAD A TRAVÉS DE SUS ONCE CUADRAS, DESDE EL RÍO RÍMAC HASTA LA AVENIDA GRAU.



EXISTE UN PROYECTO PARA TRANSFORMAR LA AVENIDA ABANCAY. ESTE AÑO SE PRESENTARÁ EL EXPEDIENTE TÉCNICO PARA SUSTENTAR LA VIABILIDAD DE LA OBRA.

PROLIMA



ESTE 2025, SE EJECUTARÁ EL PROYECTO ESPECIAL PAISAJÍSTICO RÍO RÍMAC, QUE BUSCA INTERVENIR CERCA DE CUATRO KILÓMETROS DE RIBERA.

PROLIMA



JUAN PONCE



1/



2/

PANCHO FIERRO

Un centro con mucha sazón

A raíz de la pandemia, se impulsó la implementación de terrazas gastronómicas en el Centro Histórico de la ciudad. Una veintena de restaurantes decidieron poner mesas a las afueras de sus locales, principalmente en los jirones Ica, Ucayali y Carabaya. Hoy en día, en esta zona de Lima conviven espacios tradicionales, cafeterías de autor, 'rooftops' y muchas opciones más. Recomendamos visitar el Cordano, El Tridente, Pancho Fierro, El Adriático, Core Lima Café, entre otros.

1. EL BAR CORDANO, FUNDADO EN 1905, ES UNO DE LOS BARES MÁS ANTIGUOS Y TRADICIONALES DEL CENTRO HISTÓRICO DE LIMA. QUEDA EN EL JIRÓN ÁNCASH 202.

2. UNA ANTIGUA CASONA REPUBLICANA ACOGE EL CAFÉ-BAR PANCHO FIERRO, UNO DE LOS MÁS BONITOS DEL CENTRO. ESTÁ UBICADO EN EL JIRÓN ICA 153.

3. PALAIS ROOFTOP ES UN BAR Y RESTAURANTE INSPIRADO EN EL PALAIS CONCERT, QUE SE CARACTERIZA POR SU ESTILO BOHEMIO. DIRECCIÓN: AVENIDA ESPAÑA 225.



3/

PALAIS ROOFTOP



LA PLAZUELA DE SANTO DOMINGO, UBICADA EN EL CRUCE DE LOS JIRONES CONDE DE SUPERUNDA Y CAMANÁ, A UNA CUADRA DE LA PLAZA DE ARMAS DE LIMA, LUCE UN NUEVO ROSTRO.

MANOS A LA OBRA

Reordenar el centro neurálgico de una ciudad caótica como la nuestra puede resultar una tarea titánica. Desde 2019, gracias a la aprobación del Plan Maestro del Centro Histórico de Lima, Prolima viene ejecutando una serie de trabajos para recuperar y poner nuevamente en valor el patrimonio material e inmaterial de la capital peruana. A la fecha, esta institución ha presentado una serie de obras para el beneficio de los limeños y los turistas extranjeros que vienen a visitarla. Algunas de las más resaltantes son la peatonalización de 41 cuadras del damero de Pizarro, entre ellas los jirones Carabaya, Huallaga y Conde de Superunda (se prevé que en los próximos años sean intervenidas 72 cuadras más), así como la entrega de la remozada plazuela Santo Domingo, la plaza Bolognesi y el conjunto escultórico de la Alameda de los Descalzos, en el Rímac.

Como parte de nuestro recorrido, llegamos a Barrios Altos para conocer los trabajos que se realizan en la iglesia Nuestra Señora del Prado. La restauración de este monasterio, que presenta un 50% de avance, forma parte de un proyecto mayor cuyo fin es revitalizar este sector del Centro Histórico, un lugar amenazado por la tugurización de sus viviendas, muchas de ellas casonas en situación vulnerable.

Esta obra se suma a la recuperación de las iglesias Las Trinitarias, Buena Muerte y Santiago Apóstol del Cercado. En paralelo, existen dos proyectos en marcha para intervenir la Quinta Heeren y reconstruir el emblemático edificio El buque. “Estamos restaurando la fachada de la iglesia, el atrio, la iluminación, el campanario, la bóveda y la cúpula. Nuestra intervención ya no es únicamente de la fachada, sino también es estructural”, nos dice Luis Martín Bogdanovich, gerente de Prolima. “Antes habría sido imposible intervenir este monumento, como en los otros que estamos interviniendo. No había una visión, un plan, ni voluntad política que se traduzca en recursos”, complementa.

Con la aprobación en 2024 de la Ley 31980, Prolima se convirtió en el único ente encargado de proteger, conservar y fomentar el desarrollo sostenible del Centro de Lima. Esta norma, entre otras cosas, permite que el 3% del IGV recaudado en el distrito del Cercado de Lima sea destinado “exclusivamente a la restauración del Centro Histórico, en el marco de lo establecido en el Plan Maestro”, explica Bogdanovich. “Esto nos garantiza, a partir de este año,



EL ARQUITECTO PERUANO LUIS MARTÍN BOGDANOVICH ES EL GERENTE DE PROLIMA, LA ENTIDAD ENCARGADA DE PROTEGER Y RECUPERAR EL CENTRO HISTÓRICO DE LA CIUDAD.

contar con un presupuesto de al menos 120 millones de soles para ejecutar las obras. Es un paso fundamental porque asegura la continuidad del proceso de restauración de modo ininterrumpido”, concluye.

UNA MIRADA AL FUTURO

Este año comenzó el conteo regresivo de cara a los 500 años de vida de Lima. El objetivo es que, de aquí al 2035, la Ciudad de los Reyes presente un rostro renovado, mucho más amable con el peatón y el medioambiente. La transformación más ambiciosa es la que se contempla en el Proyecto Especial Paisajístico Río Rímac, que abarca la recuperación de cuatro kilómetros en ambas riberas del río hablador: se realizarán 70 intervenciones diferentes, incluyendo la renovación del Paseo del Canal de Monserrate, el parque Santa Rosa y la plazuela de Acho. En 2024 se declararon viables 11 intervenciones y, según nos cuentan, este año se empezarán a ejecutar varias de ellas.

Otra megaobra esperada es la ansiada remodelación de la avenida Abancay, que traza una línea divisoria entre el damero de Pizarro y Barrios Altos. Hasta donde se sabe, la propuesta incluye la construcción de dos túneles subterráneos para el transporte público y vehículos privados, así como la implementación de áreas verdes, zonas comerciales y espacio recreativos en la superficie. De acuerdo con Prolima, este año se elaborará el expediente técnico para ver su viabilidad. De hacerse realidad, el proyecto conectará La Victoria con San Juan de Lurigancho, reduciendo el tiempo de viaje de 46 a 12 minutos.

“Yo pienso que, de seguir así, el 2035 podremos tener gran parte del Centro Histórico de Lima recuperado y en una viada automática, imparable. Para ese año, buena parte del proyecto del río Rímac estaría culminado, y la avenida Abancay debería estar terminada. Se podrá llegar caminando tranquilamente hasta Cinco Esquinas desde la Plaza de Armas. Será una ciudad mucho mejor conectada”, pronostica Luis Martín Bogdanovich. “Esperaría, además, que la inversión privada esté mucho más consolidada en los rubros gastronómico, hotelería y turismo, como ha sucedido en otros grandes centros históricos de la región y el mundo”, finaliza.

Así las cosas, la Lima que todos queremos podría estar a la vuelta de la esquina. //

VÍCTOR UROGO



— “ —
YO PIENSO QUE, DE SEGUIR
ASÍ, EL 2035 PODREMOS
TENER GRAN PARTE DEL
CENTRO HISTÓRICO DE
LIMA RECUPERADO Y EN
UNA VIADA AUTOMÁTICA,
IMPARABLE

Luis Martín Bogdanovich
 GERENTE DE PROLIMA

1. LA CASA DE LA CULTURA CRIOLLA ES UN ESPACIO PÚBLICO QUE TIENE COMO OBJETIVO SALVAGUARDAR Y DIFUNDIR LA MÚSICA CRIOLLA. ESTÁ UBICADA EN EL JIRÓN MOQUEGUA 376.

2. EL TEATRO MUNICIPAL DE LIMA, UNA DE LAS JOYAS ARQUITECTÓNICAS DE LA CIUDAD, SUELE PRESENTAR, OBRAS, MUSICALES Y CONCIERTOS DE TODO TIPO. DIRECCIÓN: JIRÓN ICA 377.

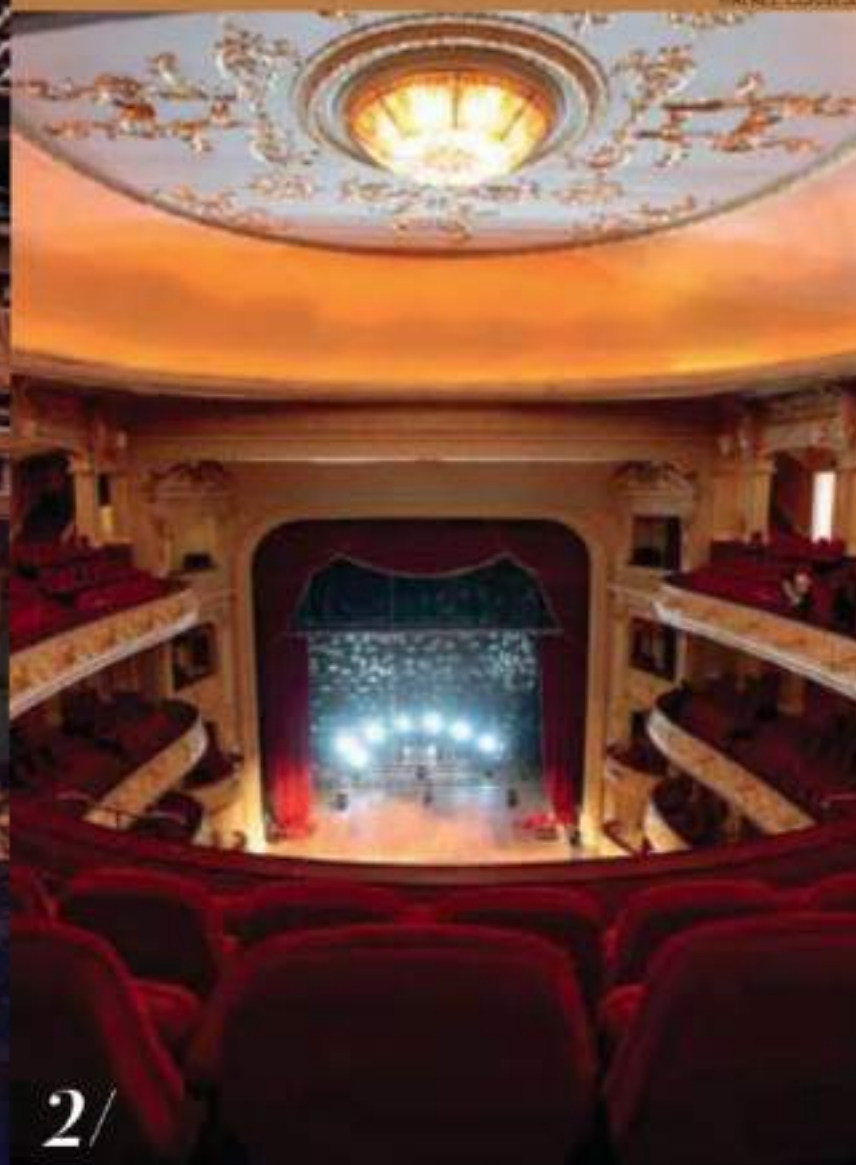
3. LA CASA DE LA LITERATURA CUENTA CON EXPOSICIONES PERMANENTES DEDICADAS A AUTORES COMO CÉSAR VALLEJO Y MARIO VARGAS LLOSA. QUEDA EN EL JIRÓN ÁNCASH 207.

LOS BALCONES DE LIMA, QUE FUERON CONSTRUIDOS TANTO EN LA ÉPOCA VIRREINAL COMO DURANTE LA REPÚBLICA Y QUE EXISTEN HASTA HOY, SON PARTE DEL SELLO CARACTERÍSTICO DEL CENTRO HISTÓRICO.

RAFAEL CORNEJO



1/



2/



3/

ISTOCK

Un paseo por la historia

Nuestro centro cuenta con nuevas casetas de atención al turista, habilitadas para informar, asistir y mejorar la experiencia de los visitantes en esta área de la ciudad. Se ubican en la plazuela del teatro Segura, el parque Neptuno, el Parque de la Cultura (frente al parque Universitario) y la plaza San Martín. Personal capacitado orienta a los visitantes sobre la oferta cultural disponible, opciones de hospedaje, métodos de transporte, lugares de cambio de dinero y otros servicios relacionados.



Edición limitada

@VICTORINOXPERU

♦♦ La importante marca Victorinox presenta una navaja exclusiva en honor al aniversario 490 de Lima. Este hito constituye, además, la primera vez que la firma dedica su diseño a una ciudad capital en Latinoamérica. La pieza cuenta con las coordenadas de Lima y los lienzos de los principales lugares de la ciudad. Consíguela en victorinoxstore.pe o en tiendas físicas.

ORIGEN PEREGRINO



Tamalito decorativo

@ORIGEN.PEREGRINO

♦♦ El icónico 'Tama' de Origen Peregrino celebra el Aniversario de Lima con una preciosa representación con los colores del pisco sour, cóctel emblema de las barras de nuestra ciudad. Ubica esta pieza en su tienda física en Bajada de Baños 342 Barranco o vía WhatsApp al 998 152 796.

Al fondo hay sitio

@ORIGEN.PEREGRINO



ORIGEN PEREGRINO

♦♦ Una divertida y original representación de los clásicos boletos de micro de la capital con el sello de los 'Tamas' de Origen Peregrino. Este 'print' es de tamaño A4 y está grabado en Giclée (viene sin marco). Adquiérela a través de WhatsApp al 998 152 796 y descubre más opciones en el IG @origen.peregrino.



Sello local

@HANGERTIPS

♦♦ Un magneto es el souvenir predilecto de todos los destinos. Esta opción de Hangertips es perfecta para quienes quieren sumar a sus espacios o refrigeradoras el sello de la Ciudad de los Reyes. Con acabados premium, este imantado está disponible en hangertips.com.



Bajo el sol

@CROMOPOLOS

♦♦ "Lima engorda": una frase alusiva a las delicias de la capital, ante las cuales caen rendidos todos aquellos que las prueban. Este gorro es un diseño exclusivo de la marca local CROMO y está fabricado en 100% algodón con una correa posterior que permite ajustar el modelo al tamaño que necesites. Cómpralo en cromopolos.com o en las tiendas físicas de la marca en Larcomar, Calle Arica 761, y Jockey Plaza.

Guía

490 años no se cumplen todos los días. Anímate a celebrar el aniversario de nuestra histórica capital con piezas y accesorios que te harán sentir la más cerca a través de su color, tradiciones, lugares icónicos y un legado cultural que lo abarca todo.

Amu

Adquiriendo estas piezas, además, apoyas a emprendimientos locales que se inspiran en la cultura y creatividad limeña para sus invenciones.

Delicia de barrio

@PINTI.OFICIAL

♦♦ Un clásico de la comida rápida en Lima, convertido en un pin metálico para personalizar cualquier prenda o accesorio. Con acabado niquelado en negro y esmalte duro para mayor duración, este pin es perfecto para los amantes de la salchipapa, platillo nacido en Lima en la década de los 50. Búscalo en pinti.pe.



letos de la ciudad



@ILOVELIMA



Rompecabezas único

@LIMAPUZZLE

♦♦ Uno de los balnearios más concurridos de Lima y sus coloridos visitantes son representados en la pintura "Aguas dulces" del artista Pablo Patrucco, convertida en rompecabezas por Lima Puzzle para pasar tardes de entretenimiento. Encuéntrala en limapuzzle.com.



Clásico de verano

@ILOVELIMA

♦♦ Un polo básico con la personalidad de una de las playas más populares de la capital. Con un 'print' original y colorido, la marca I Love Lima ofrece esta pieza en homenaje a Agua Dulce, a través de su página de IG @ilovelima y en los puntos físicos de La Feria en Barranco (Calle Unión 108, stand 45) y en Larcomar (Nivel 2, al lado de Lucio Café).

LIMA PUZZLE



MUSEO AMANO



Para personalizar

@TIENDAMUSEOAMANO

♦♦ Una tierna herencia de la cultura Chancay (originaria de Lima entre los años 1200 y 1470) ahora está disponible en formato réplica en la tienda del museo Amano: esculturas de cuchimilcos que pueden intervenirse con la creatividad de grandes y pequeños usando pinturas de colores. Además, esta pieza cuenta con un folleto explicativo de su importancia en nuestra historia. Adquiere en el museo (Retiro 160, Miraflores) o consulta su disponibilidad y más opciones al WhatsApp 991 005 190.



CASA DE LAS CASAS



Joya de armario

@CASADELASCASAS

♦♦ Diseñada por la joven talento Micaela Santistevan de las Casas para su marca Casa de las Casas, esta falda larga bautizada como "Cantuta" rinde homenaje a los mercados de flores representativos de la capital, y está confeccionada a partir de una fotografía de los jardines de Lima. Adquiere en casadelascasas.com.pe.



UN 18 DE ENERO DE 1960, EL **COMERCIO** CAPTURÓ ESTA IMAGEN DEL PALACIO DE GOBIERNO, LA CATEDRAL Y LA PLAZA DE ARMAS DESDE UNA AVIONETA. NÓTESE LOS AUTOS ESTACIONADOS, ALGO QUE HOY EN DÍA ESTÁ PROHIBIDO. TAMPOCO ESTABAN LAS CLÁSICAS PALMERAS. DE MOMENTO, LA PLAZA SE MANTIENE CERCADA, CON APERTURA EN ALGUNAS OCASIONES ESPECIALES.



VICTOR JORRGO





LA CAPITAL

DESDE

EL

Estas fotografías aéreas capturadas por El Comercio en el siglo XX nos revelan cómo era Lima antes del tráfico y la expansión urbana. Un archivo visual que tiende un puente entre el pasado y el presente de la Ciudad de los Reyes.

CIELO



POR:
ÓSCAR GARCÍA



EL FOTÓGRAFO DE EL COMERCIO RICARDO NAVARRO SOBREVOLÓ EL DISTRITO DE LA VICTORIA EN LOS AÑOS SESENTA Y CAPTURÓ ESTA IMAGEN DEL POPULAR BARRIO DE MATUTE. EN ESA EXPLANADA VACÍA SE CONSTRUIRÍA, EN 1974, EL ESTADIO DEL CLUB ALIANZA LIMA.



ARRIBA: UNA TOMA PANORÁMICA DE 1982 DEL CRUCE DE LAS AVENIDAS WILSON Y TACNA CON COLMENA, EN EL CENTRO DE LIMA. ABAJO: ASÍ LUCE LA INTERSECCIÓN, CUARENTA AÑOS DESPUÉS.



Hoy día, con Google Maps o Google Earth en la palma de la mano, cualquiera puede explorar el mundo desde el aire con solo un clic. Sin embargo, durante siglos, imaginar cómo lucía una ciudad o una casa desde las alturas era un lujo reservado solo para los pájaros. La primera fotografía aérea de la que se tiene registro fue tomada en 1858 por el célebre fotógrafo y retratista francés Gaspard-Félix Tournachon, conocido como Nadar. Es lo que indican los reportes, aunque ninguna de esas imágenes, captadas desde un globo, sobrevivieron. En el Perú, la fotografía aérea comenzó a consolidarse en la década de 1920, cuando el presidente Augusto B. Leguía inauguró el Servicio Aéreo Fotogramétrico del Ejército. Ese mismo año se fundó la Compañía Aérea de Fotografía y Agrimensura, reflejando el interés del Estado en comprender la geografía



del país desde la perspectiva aérea. Más tarde, en la década de 1940, se creó el Servicio Aéreo Fotográfico Nacional, que emprendió la tarea de documentar Lima desde un avión Grumman que estaba equipado con una cámara Fairchild.

El **Comercio** también contribuyó al conocimiento aéreo de la ciudad. En los años 60, Ricardo Navarro, reportero gráfico del Diario, obtuvo

un permiso especial de la Dirección General de Aerofotografía para capturar imágenes de Lima desde el aire con motivo del aniversario de la ciudad. Según relata en una crónica el periodista Carlos Batalla, del Archivo Histórico de El Comercio, Navarro se subió a un Cessna acompañado por otra aeronave. Durante el sobrevuelo, capturó imágenes de la Plaza de Armas, el Cerro San Cristóbal (desde

su “cara oculta”, entonces sin casas) y una plaza Dos de Mayo casi sin tráfico, en marcado contraste con el caos vehicular actual de la zona.

Seis años después, otro fotógrafo de **El Comercio**, Alberto del Rosario, realizó un sobrevuelo similar en una avioneta que, en algunos momentos, volaba a muy baja altura, sorprendiendo a los transeúntes. Durante su recorrido, documentó el Centro de Lima, las avenidas Wilson y Abancay, el Hospital Obrero y una vista aérea del futuro estadio Alejandro Villanueva, que luego se convertiría en la casa del Club Alianza Lima. Este legado visual, como se aprecia en estas páginas, permite admirar la evolución de la capital peruana, cuando éramos la Lima del millón de habitantes. Sirve también para recordar cómo la perspectiva aérea ha cambiado nuestra comprensión del espacio urbano. //



LA PLAZA DOS DE MAYO, UN PUNTO NEURÁLGICO DE LA CIUDAD, EN 1960 ESTABA LIBRE DEL ACOSTUMBRADO CAOS VEHICULAR, QUE ES INSOPORTABLE EN HORAS PUNTA. EL 2024, EL MONUMENTO A LA VICTORIA DE 2 DE MAYO FUE RESTAURADO POR PROLIMA.



EN 1960, EL CERRO SAN CRISTÓBAL AÚN NO ESTABA CUBIERTO POR CASAS, LAS CUALES LLEGARÍAN CON LA MIGRACIÓN DEL ANDE EN MUY POCO TIEMPO, EN ESE ENTONCES, SOLO SE APRECIABA EL MIRADOR Y LA CRUZ.



• Aire libre

Temporada de *atardeceres*



OMAR LUCAS

Aunque no cuesta nada mirar al cielo, muchas veces el trajín del día a día nos hace olvidar lo maravilloso que puede ser un atardecer en Lima. Desde los malecones de los distritos que se ubican frente al mar o en los más lejanos a él, el sol nace y muere para todos, regalándonos en este tránsito el mejor espectáculo veraniego.



POR:
**DIANA GONZALES
OBANDO**



DESDE LA AVENIDA JAVIER PRADO SE PUEDE OBSERVAR UNO DE LOS MEJORES ATARDECERES DE LA CIUDAD. A VECES, EL TERRIBLE TRÁFICO OPACA SU BELLEZA.

UNA VISTA DESDE LAS LOMAS DE PARAÍSO EN VILLA MARÍA DEL TRIUNFO. LA RUTA OFRECE NO SOLO ESTE PAISAJE, TAMBIÉN UNA CAMINATA LLENA DE AVENTURAS.

EDUARDO ALCÁNTARA LOBO



El cielo de Lima nos tiene preparada una sorpresa las tardes de verano. Si bien nos tiene acostumbrados a su tonalidad gris y una bruma permanente, uno de los beneficios de vivir en una capital al pie del Océano Pacífico es encontrarnos en estos meses del año con un espectáculo de colores abrumador.

Turistas y limeños están aprovechando al máximo con sus celulares el momento en que se esconde el sol para capturar en 'selfies' los dorados, anaranjados, rojos y morados que estallan en el cielo. Los más tímidos solo toman la foto del paisaje, pero lo cierto es que los malecones de los distritos de junto al mar están recibiendo las visitas de los 'paparazzi' solares en la espera paciente de la mejor toma de la extinción del sol.

"Los atardeceres nos permiten o te invitan a tener otra perspectiva, otra sensación del espacio de la ciudad, porque la inunda con este color cálido de manera que le quita lo gris o le quita lo triste que usualmente suele ser la metrópoli", opina el gestor cultural e investigador literario Paulo César Peña. Como creador de las Peregrinaciones Literarias ha transitado por distintas rutas de Lima, como Santa Beatriz o el Centro Histórico, encontrándose con sus ocasos. "A veces pensamos la ciudad como símbolos o dinámicas sociales, pero la ciudad está sobre todo en la conexión con el espacio geográfico", sostiene el también escritor quien comenzará una nueva peregrinación literaria todos los domingos de febrero.

DESDE LO MÁS ALTO

El 'sunset' limeño es un espectáculo sin costo para quienes viven o pasean cerca del mar, pero también para los distritos alejados de él. Desde las alturas, el verano abre la temporada de 'avistamiento' de atardeceres, y las lomas de la ciudad (aquellas que reverdecen en los meses de junio a octubre) ofrecen todo un circuito de flora, fauna y paisajes sorprendente.

Organizaciones 'lomerías' como las Lomas El Mirador, Lomas de Ancón, Lomas de Pamplona (en San Juan de Miraflores) y Lomas de Paraíso (en Villa María del Triunfo), organizan salidas para el público y así puedan disfrutar de la temporada de atardeceres y, al mismo tiempo, conocer de cerca este ecosistema limeño pocas veces apreciado, que sufre invasiones, y que no se apaga durante el verano, sino, cambia de paisajes y biodiversidad.

LAS LOMAS DE PAMPLONA SE DISTINGUEN POR UNA VISIÓN PANORÁMICA DE LA CIUDAD DE LIMA. POR SU PUESTO, EL 'SUNSET' ES LO MÁS ESPERADO EN VERANO.

Christian Ipanque, miembro fundador del colectivo Lomas de Pamplona, es un incansable protector de lomas y considera que ofrecen una vista de Lima "verdaderamente increíble". Desde el mirador Cruz del Sagrado Corazón, cuando se inicia el ocaso alrededor de las 6:30 de la tarde, la función comienza: "Es alucinante el alcance panorámico. Se ven las islas que están frente a la playa San Pedro, en Lurín, algunos las llaman las islas Cavillaca o Pachacámac. También se ve la isla San Lorenzo hasta la zona norte como Puente Piedra".

Christian nos comenta que con sus recorridos hacia las Lomas de Pamplona, se dieron cuenta de que podían poner en valor las lomas en verano y quitar del imaginario que solo reciben visitas invernales. "Las lomas son un mirador natural", acota. Antes de ir, se debe contactar con la organización para realizar la caminata. Esta puede demorar entre tres y cuatro horas, dependiendo de la experiencia de los visitantes. La idea es llegar a la cruz y esperar el atardecer durante una hora aproximadamente, pues la gente quiere tomar sus respectivas fotos y apreciar el momento desde lo alto de las lomas. El descenso comienza a partir de las 7 de la noche.

Con el mismo espíritu promotor del cuidado de las lomas, Andrea Ledesma, secretaria de Economía de la Asociación Circuito Ecoturístico Lomas del Paraíso sostiene que en la temporada seca, las lomas se convierten en un espacio para experimentar los mejores atardeceres de Lima, por ello de enero a mayo potencian las visitas guiadas hacia este mirador que

ofrece la naturaleza.

Después de un recorrido por formaciones rocosas como la roca del oso, la calavera o la huella del perro; la observación de especies arbóreas y de fauna como lagartijas, lechuzas de arenales, vizcachas o el águila mora; y de incluso hallazgos arqueológicos, se cierra con broche de oro mirando el atardecer limeño: "Si está despejado el día, verás algunos puntos de interés en la ciudad como el Morro Solar de Chorrillos, el inmenso mar y las islas San Lorenzo del Callao, así como el río de luces que cubre la ciudad en la noche", nos comenta Andrea sobre estos atractivos en Villa María del Triunfo.

El mejor espectáculo natural de Lima es gratuito, no se repite nunca más y solo se debe mirar al cielo. //

ANTONIO MELGAREJO



Encuentros con el ocaso

Si estás interesado en experimentar los mejores atardeceres desde las Lomas de Pamplona (IG: @lomas_de_pamplona), puedes contactar con Christian Ipanque al WhatsApp 941 542 010.

El contacto con las Lomas de Paraíso (IG: @lomasdelparaiso) en Villa María del Triunfo es vía el WhatsApp 930 450 731. Para agendar una visita, escriba en el horario de lunes a sábado de 9 a.m. a 1 p.m. y de 3 p.m. a 7 p.m.

Del mismo modo, para ser parte de la próxima Peregrinación Literaria organizada por Paulo César Peña y quizá encontrarse con sorprendentes 'sunsets', puede solicitar información al correo proyecto.rio.hablador@gmail.com.

EL 'SUNSET' ATRAE A QUIENES ACUDEN AL MAR PARA DESCANSAR LA MENTE Y BUSCAN LA TRANQUILIDAD QUE DA LA BRISA. NUNCA FALTA LA FOTO DEL RECUERDO EN EL MALECÓN DE MIRAFLORES.

Astrología



Aries

Esta semana es el momento idóneo para nutrir tus proyectos, confiar en tu potencial y dejar florecer lo que has cultivado.



Tauro

Confía en tu intuición, observa en silencio y permite que las respuestas emerjan desde lo más profundo. Escucha tu voz interna.



Géminis

Vienen momentos para tomar decisiones prácticas, invertir con sabiduría y enfocarte en preguntarte qué quieres construir a largo plazo.



Cáncer

La energía semanal sugiere cautela financiera. Evalúa si estás reteniendo por seguridad o miedo, y busca equilibrio entre dar y recibir.



Leo

Estos días te traen noticias de expansión y oportunidades. Es momento de mirar al futuro con confianza, planificar con visión y actuar para materializar tus metas.



Virgo

La semana anuncia mensajes emocionales y nuevas conexiones. Mantén el corazón abierto, explora tu creatividad y prepárate para recibir sorpresas.



ELENI POLIZOGOPULOS

@saquelarre_

Innovación y cambios

Este sábado 18 de enero, Venus se une a Saturno en el signo de Piscis. El encuentro nos invita a poner los pies sobre la tierra, enfrentándonos a una dosis de realidad. Es un momento clave para aceptar el estado actual de una relación o una situación financiera, ya que Venus rige ambos ámbitos, mientras que Saturno aporta seriedad y responsabilidad a lo que toca.

El domingo 19 de enero, el Sol ingresa en Acuario, marcando el inicio de un mes enfocado en la innovación, el pensamiento fuera de lo convencional y el quiebre de las tradiciones. Este ingreso viene acompañado de aspectos favorables entre Mercurio y Venus, lo que facilita la comunicación y genera oportunidades de entendimiento en nuestras relaciones.

Finalmente, el martes 21 de enero llega un día clave en el mes. Sentiremos una energía astrológica intensa y transformadora, con un impulso que nos lleva a la regeneración y el empoderamiento. Es un momento para reflexionar sobre el área de tu vida en la que necesitas recuperar tu poder personal, con libertad y de manera auténtica. Así, abrirás la puerta a un cambio profundo y diferente. //



Libra

Durante estos días no dudes en buscar apoyo de un mentor o figura de autoridad. Es momento de buscar consejo para tomar decisiones fundamentadas.



Escorpio

Atrévete a tomar riesgos, confía en el camino desconocido y avanza con optimismo hacia lo inesperado.



Sagitario

Después de un arduo trabajo, una meta importante se cumplirá, trayendo satisfacción emocional y celebración.



Capricornio

La semana te pide cuidar tus relaciones, escuchar tus sentimientos y actuar con compasión hacia ti y los demás.



Acuario

Paciencia y reflexión son la clave mientras evalúas tus avances y planificas los próximos pasos.



Piscis

Podrían venir cambios inesperados y la ruptura de estructuras obsoletas. Aunque desafiante, este momento abre camino para reconstruir con una base más fuerte.



LA INCOMPARABLE DOLLY PARTON NACIÓ EL 19 DE ENERO DE 1946 EN TENNESSEE, ESTADOS UNIDOS. CUMPLE 79 AÑOS.

Test de Proust

“Tener 16 perros es mi mayor extravagancia”

El diseñador peruano se alista para sorprender en la Semana de la Moda de Milán con una colección inspirada en el Señor de Sipán.

Jorge Luis Salinas



RICHARD HIRANO

¿Cuál es tu pasatiempo favorito?

Ver libros de arte, de moda y decoración.

¿Qué sería, para ti, la felicidad perfecta?

Tener a mis padres para toda la vida.

¿Cuál es el rasgo que más te define?

Ser apasionado en cada proyecto que hago.

¿Cuál consideras tu peor defecto?

Soy muy impaciente en el proceso de realización de mi trabajo.

¿Qué podría sumirte en la más profunda miseria?

La traición de la gente más cercana a mí.

¿Cuál es tu mayor extravagancia?

Tener 16 perros, cuidarlos y verlos felices, jugando en mi jardín.

¿Cuál es el peor defecto que otros pueden tener?

La hipocresía.

¿Cuáles son las frases o palabras que utilizas con mayor frecuencia?

“¡Quiero ver!”, “¿Ya está listo?”, “¿Qué opinas?”.

¿Cuál ha sido tu mayor logro?

Haber realizado dos ediciones en el cronograma oficial del Milan Fashion Week.

¿En qué ocasiones mientes?

Cuando hablo con mi madre y le digo que *

todo está bien para no preocuparla.

¿Cuándo y dónde has sido absolutamente feliz?

Cuando tuve a mi familia junto a mí durante mi primer desfile en Milán.

¿Qué es lo que más agradeces en la vida?

Agradezco a mi madre por compartirme su pasión por la moda.

¿Qué objeto personal es el que más valor tiene para ti?

Las fotografías antiguas de mis padres.

¿Con qué personaje de la historia es con quien más te identificas?

Con Tom Ford, el diseñador, por la creatividad y elegancia que siempre demuestra en sus colecciones.

¿Cómo te gustaría morir?

Habiendo logrado todo lo que me propuse en esta vida.

Si murieras y se te permitiera volver convertido en otra persona, animal o cosa, ¿qué crees que sería?

En uno de mis perros.

¿Qué talento especial te gustaría tener?

Me gustaría saber pilotear un avión.

¿Qué persona viva te parece despreciable?

Nicolás Maduro. //

Pastelería

EN CASA ✦ HÉCTOR IBARRA

- ✦ Ergonómicos
- ✦ Mayor duración
- ✦ Antiadherentes
- ✦ Resistentes al calor

CADA ENTREGA
S/29.90

...
COLECCIÓN
EXCLUSIVA
...

8VA ENTREGA

Molde
para queque
+ Libro de recetas

✦
Cocción
uniforme y
desmolde fácil



¡CONSÍGUELO YA EN TU QUIOSCO FAVORITO O EN NUESTRA WEB!

Para adquirir las 10 entregas consecutivas en moldes y utensilios de repostería, cada entrega viene con un libro de recetas, además: (i) acercarse a su quiosco más cercano y/o, (ii) ingresar a la página web: Colecciones al Comercio <https://coleccionesealcomercio.pe/>, y/o, (iii) escribir al WhatsApp 918 070 018 / 922 957 466. Desde la primera hasta la décima entrega, tendrán un costo de S/29.90 cada una. Stock de 2,000 unidades en promedio por entrega de la colección o hasta agotar stock. Válido a nivel Nacional desde el 29 de noviembre de 2024 hasta el 11 de febrero de 2025.



**EY Entrepreneur
Of The Year™**

LEC

LÍDERES
EMPRESARIALES
DEL CAMBIO
2025



¡ FELICITACIONES

LÍDERES EMPRESARIALES DEL CAMBIO 2025!

Juan Pablo Caminati Promotora Inmobiliaria Industrial de Piura - Piura Futura

Yessica Contreras Grupo Molinero Contreras Astorayme

Félix Darulch Daryza

Carlos Fernández Peruana de Motores H.G.

Eduardo Flores Agro Industrias Emic

Myriam Pastor Agro Industrias Emic

Alejandro Gamero Green Care del Perú

Gonzalo Garrido-Lecca Clínica Anglo Americana

Carlos Guevara Corporación Transportes Carley

César Madrid Madrid Ingenieros

Olga Málaga Sifrah Bijou

Denise Málaga Sifrah Bijou

Matilde Málaga Sifrah Bijou

Yasmin Málaga Sifrah Bijou

Flor Marchese Grupo Trianon

Yanedithe Mejía IQMEH

Elvira Mendoza IQMEH

Gabriela Mendoza I & T Electric - ITESA

Diego Mendoza I & T Electric - ITESA

Víctor Montalvo Grupo Montalvo

Diego Muñoz Najjar Bodega Najjar

Martín Olano Pulso Salud

Álvaro Orjeda Montecoro Alimentos - La Fidelia

Carlos Urbina Corporación Panaservice

Víctor Vandervelde Electroperú Industrial

Silvio Vila New Athletic Group

Dante Villalva Precotex

Juan Zúñiga Beca Inversiones y Proyectos

Listado en orden alfabético por apellido. No aparece en la foto: Yasmin Málaga.